“ श्री शुकदेवप्रसाद. ”

श्री शुकदेवाश्रित श्रेयःसाधक

कर्तव्यविधिः

छपावी प्रसिद्ध करनार:—

श्रीशुकदेवोपाशक रा.रा. श्रीयुत शा. मीणालाल अंबालाल शेठ
मु. अंकलेश्वर

“नवयुग” मुद्रणालयमा प्रभुभाई विट्ठलभाईए छाप्युं—सुरत.

શ્રી શુકદેવાશ્રિત ભકતો માટે

(વિના મુલ્યે.)

શ્રી શુકદેવાશ્રિત શ્રેયઃસાધક વર્ગના નિત્ય નિયમો.

(૧) ઇશ્વર સર્વવ્યાપક-સર્વેશ્વર-સર્વાંતર્યામી છે, ' એવો દ્રઢ નિશ્ચય રાખી સાકાર નિરાકારના વાદવિવાદમાં પડવું નહીં.

(૨) શબ્દ સ્વરૂપ શ્રીશુકદેવજી પ્રણવમુર્તિ સર્વવ્યાપક છે અને તેજ સર્વના પરમ ગુરૂ છે.

(૩) શ્રોત્રિય બ્રહ્મનિષ્ટ તથા જે અભેદવાદી હોય તેનોજ ઉપદેશ ગ્રહણ કરવો.

(૪) ઇશ્વરજ સર્વ મનોરથ પૂર્ણ કર્ત્તા છે, એવો દ્રઢ નિશ્ચય રાખી ઢોંગી ધુતારાઓના વચનથી ફસાવું નહીં તેમજ કોઇ ચમત્કારથી લોભાવું નહીં.

(૫) પરમેશ્વર એક છે અને ગણુપતી, દેવિ, શંકર વિગેરે સર્વે ઇશ્વરનીજ મૂર્તિ છે, પણ તે જુદા છે એમ કદી માનવું નહીં. કારણ કે સર્વશકિતમાન્ પ્રભુએ જેવાં જેવાં કાર્યો કરવાં હોય તેવાં તેવાં સ્વરૂપ ધારણ કર્યાં છે.

(૬) બ્રાહ્મણ, સંત વિગેરે સત્પાત્રોની પરમેશ્વરનુ સ્વરૂપ જાણી તેની શકિત પ્રમાણે સેવા કરવી પણ તે શ્રાપ આપશે, કે અનુગ્રહ કરશે એવો જરા ભય કે લોભ

રાખવો નહીં; કારણ કે દયાળુ પ્રભુ કોઈ દિવસ કોઈનું બગાડતાજ નથી.

(૭) સંસાર મિથ્યા નાશવંત છે એવો દૃઢ નિશ્ચય કરી વેહેમોને અંતરમાંથી દૂર કરવા; કારણ કે જેવો વહેમ (સંશય) રાખીએ તેવુંજ ફળ થાય છે.

(૮) સદગુરૂએ આપેલા ગુરૂમંત્રનો જપ જરા પણ વીસારવો નહીં, તથા એ પાંચ તત્વમાં સર્વ બ્રહ્માંડ આવી ગયું છે એમ જાણી એજ મંત્ર તારક અને સર્વોપરી છે એવી દૃઢ આસ્થા રાખી અર્થપૂર્વક જાપ કરવો.

(૯) કોઇની નિંદા કરવી નહીં, તેમજ કોઇનો તિરસ્કાર કરવો નહીં તથા કોઇ સાથે વૈર રાખવું નહીં.

(૧૦) ચોરી, જારી, હિંસા, અસત્ય અને વ્યસન તેને ત્યાગ કરવાં, તથા એ પાંચ અવગુણવાળો હોય તેનો સંગ કરવો નહીં.

(૧૧) આત્મા સત્ય છે અને જગત મિથ્યા છે તથા હું પૂર્વકર્મના સંબંધથી એ જગત સાથે જોડાયો હતો તે હવે ગુરૂકૃપાથી મુકત થયો છું એમ માનવું.

(૧૨) નિત્ય સત્સંગ તથા શાસ્ત્રનો એટલે ગિતા, ભાગવત, વિષ્ણુસહસ્રનામ, યોગવશિષ્ઠ વિગેરેનો અભ્યાસ રાખવો.

(૧૩) શકિતપ્રમાણે શુદ્ધતા રાખવી અને વર્ણાશ્રમના ધર્મો યથાશકિત પાળવા.

(૧૪) વિવેક વૈરાગ્યાદિ સાધનો મારામાં કેટલાં છે અને કેટલાં તુન્ય છે, તેનો અને પ્રભુ પ્રસન્ન થાય એવાં કેટલાં કામ થયાં અને ગેરવ્યાજબી કેટલાં થયાં તેનો દરરોજ સુતી વખતે વિચાર કરવો.

(૧૫) માયા મહા પ્રબળ હોવાથી તેમાંથી છુટવું અત્યંત કઠણ છે, એમ જાણી જીવપણાની કંજુસાઇ અને સંકોચ છુટવા માટે પોતાની કમાઇમાંથી રૂપીએ આનો, અર્ધો આનો અથવા પૈ ઇશ્વરપ્રિત્યર્થે કાઢવી, તથા વરસ દિવસમાં થોડા દિવસ તિર્થવાસ નિમિત્ત કાઢવા.

(૧૬) દરરોજ પ્રાતઃકાળે નિત્યકર્મ, યેાગ, પાઠ વિગેરે કરવું જોઇએ.

આ ઉપર લખેલા સેાળ નિયમેા પાળે તેજ શ્રીશુકદેવજીનો ભક્ત છે; અને તેણે દરરોજ આ પુસ્તક ગુરૂપ્રસાદ છે, એમ જાણી થોડો થોડો પાઠ કરવો.

॥ ॐ श्री ॥

कर्म प्रकरणं

॥ मुमुक्षु हरिजनोने संक्षेप (टुकाण) मां करवानुं नित्यकर्म ॥

પોતાનુ ક લ્યાણ ઇચ્છનાર મુમુક્ષુ ગુરૂમુખી હરિજનોએ બ્રાહ્મમુહુર્ત (સૂર્યોદયની આગલી બે ઘડી) માં ઉઠી શ્રી હરિસ્મરણ કરવું.

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ॥१०॥

આ મંત્રથી સ્મરણ કરી, પોતાના બેઉ હાથની હથેલી જોઇ પૃથ્વીની નીચલા શ્લોકથી પ્રાર્થના કરવી..

समुद्रवसने देवि पर्वत स्तनमंडले ।
विष्णुपत्नि नमस्तुभ्यं पादस्पर्श क्षमस्वमे ॥

પછી યથાશકિત પ્રાતઃસ્મરણ કરી શૈાચ જવું.

શૈાચને અનુકુલ જગ્યાએ જઇ જલપાત્રને જમણા હાથ ભણી મુકી, મૈાનપણે મળમુત્રનો ત્યાગ કરી મૃત્તિકા જલથી ગુદા તથા લીંગ પ્રક્ષાલણ કરી મૃત્તિકા તથા જલવડે ડાબો હાથ ચારવાર ધોવો તથા બન્ને હાથ મૃત્તિકાવડે ચારવાર ધોવા પછી શુદ્ધ જલથી આઠ કોગળા કરી દંતધાવન કરવું.

દાતણ કરતાં કરતાં ચાલવું નહીં, તથા બહુ વાતો કરવી નહીં, પછી બરોબર મોઢું ધોઇ, સૂર્યનારાયણને નમસ્કાર કરવા તથા ગુરુદેવ અને શ્રી સત્યનારામણને નીચલા મંત્રોથી નમસ્કાર કરવા.

सूर्यमंत्रः—जपाकुसुम संकाशं काश्यपेयं महाद्युतिं ।
तमोरिंसर्व पापघ्नं प्रणतोऽस्मि दिवाकरं ॥१॥

गुरुमंत्रः—अखंड मंडलाकारं व्याप्तंयेन चराचरं ।
चक्षुरुन्मिलीतं येन तस्मैश्री गुरवेनमः ॥२॥

सत्यनारायणमंत्रः—सत्यनारायणं देवं वंदेहं कामदं प्रभुं ।
लीलया विततं विश्वं येन तस्मै नमोनमः ॥३॥

પછી સ્નાન કરવું.

स्नानविधि ।

તામ્રપાત્રમાં પ્રથમ શીતલ જલ લઇ બેઉ હાથ જોડી નીચે પ્રમાણે પ્રાર્થના કરવી.

पुष्कराद्यानि तिर्थानि गंगाद्याः सरितस्तथा ।
आगच्छंतु पवित्राणि स्नानकाले सदा मम ॥१॥
गंगेच यमुनेचैव गोदावरि सरस्वति ।
नर्मदे सिंधो कावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ॥२॥
अपामधि पतिस्त्वंच तिर्थेषु वसतिस्तव ।
वरुणाय नमस्तुभ्यं स्नानानुज्ञां प्रयच्छतु ॥३॥

એ ત્રણ મંત્રોથી તિર્થોનું આવાહન કરી, જોઇએ તેટલું ઉનું પાણી લઇ સંકલ્પ કરવો.

अत्राद्य महामांगल्यप्रदे अमुक मासे अमुक पक्षे अमुक तिथौ अमुक वासरे सर्वे कर्ममम देहशुद्धि सिध्यर्थं प्रातःस्नानमहं करिष्ये

પછી યથેષ્ટ સ્નાન કરી શુદ્ધ ધોયલા ટુવાલથી શરીર લુછી, ધોયેલું શુદ્ધ વસ્ત્ર પહેરી એકાંત શુદ્ધ જ્યાં દરરોજ નિત્યકર્મ કરવાની જગા હોય ત્યાં પૂર્વ અથવા ઉત્તર મુખે બેસી નિત્ય કર્મ કરવું.

॥ नित्यकर्मविधिः ॥

એકાંત સ્થળે પાટલા ઉપર યા પૃથ્વી ઉપર ઉનનું આસન પાથરી નિશ્ચંતપણે શુધ્ધ ગાળેલા જળથી ભરેલો લોટો, જામ, આચમની તરભાણું; અર્ધ્યપાત્ર, ચંદન, પુષ્પ ધુપ, દીપ, નૈવેદ્ય, વિગેરે નિત્ય કર્મમાં જોઇતું સાહિત્ય લઇને બેસવું.

પ્રથમ ડાબા હાથમાં ભસ્મ અથવા ગોપીચંદન (શુદ્ધ મૃત્તિકા) લઇ જમણે હાથે જળ મુકી મર્દન કરવું.

मंत्रः—अग्नि रिति भस्म वायु रिति भस्म जलमिति भस्म स्थलमिति भस्म सर्वं ह वा इदं भस्म मन एतानि चक्षूंषि भस्मानी॥

એ મંત્રથી અભિમંત્રણ કરી, બન્ને હાથ વડે, લલાટે, હૃદયે, કંઠે, બાહુ, કુક્ષિ વિગેરે અંગે ભસ્મ ધારણ કરવી. પછી

चिद्रूपिणि महामाये दिव्य तेजः समन्विते ।
तिष्ठदेवि शिखाबंधे तेजो वृद्धिं कुरुष्वमे ॥

એ મંત્ર ભણી ચોટલીએ ગાંઠ વાળવી, પછી

केशवायनमः—नारायणायनमः—माधवायनमः ॥

આ મંત્રોથી ત્રણ આચમાન કરવાં. પછી;

गोविंदायनमः

એ મંત્રથી હાથ ધોઇ નાંખવા.

પછી પ્રાણાયામ કરવો. ગુરૂ મંત્રથી અથવા દ્વાદશ અક્ષરથી, વામનાશારંધ્રથી શક્તિ પ્રમાણે પ્રાણ ચઢાવવો, પછી છિદ્ર બંધ કરી શકિત પ્રમાણે રાખવો; અને જમણે પાસેથી હળવે હળવે પ્રાણ મૂકવો. એ પ્રમાણે પુરક, કુંભક, અને રેચકવડે ત્રણ પ્રાણાયામ કરવા પછી ડાબા હાથમાં જળ લઇ જમણા હાથથી

विष्णुर्विष्णुः वाग्वाक् प्राणःप्राणः चक्षुश्चक्षुः श्रोत्रंश्रोत्रं नाभिः हृदय कंठः मुखं शिरः शिखा बाहुभ्यां यशोबलं ॥

એ મંત્રથી, નાશીકા નેત્ર, કાન, નાભી, હૃદય, કંઠ, મુખ, વિગેરે સ્થાને સ્પર્શ કરવો. પછી હૃદયે નીચેના મંત્રથી જલ છાંટવું.

अपवित्रः पवित्रोवा सर्वावस्थांगतोऽपिवा ।
यः स्मरेत्पुंडरीकाक्षं सबाह्याभ्यंतरः शुचिः ॥

પછી સંકલ્પ કરવો.

अत्राद्य० ममोपात्तदुरितक्षयद्वाराश्री परमेश्वरप्रित्यर्थं प्रातः संध्योपासनमहं करिष्ये ॥

પછી ન્યાસ કરવા.

ॐ पादाभ्यांनमः भोजानुभ्यांनमः भुंकटीभ्यांनमः गंनाभ्यैनमः वंहृदयायनमः तें बाहुभ्यांनमः वांकंठायनमः सुंमुखायनमः

देंनेत्रायनमःवांललाटायनमःयंमूर्ध्नेनमः नमोभगवतेवासुदेवायनमः सर्वांगे

પછી આસન ઉપર બેશીનેજ સૂર્યનારાયણની ભાવના કરી

सूर्यमंडल स्थित पुरुषोत्तमायनमः । सर्वोपचारार्थे
गंधाक्षतपुष्पं समर्पयामि ॥

એ મંત્ર ભણી ચંદન પુષ્પ ચઢાવી, અર્ઘપાત્રમાં જલ લઇ ગંધ પુષ્પ સહિત, ઉભા થઇ બેઉ હાથે નીચેનો મંત્ર ભણી ત્રણ અર્ઘ આપવા.

नमो विवस्वतेतुभ्यं भास्वते विष्णु तेजसे। नमः सवित्रे शुचये सवित्रे कर्मदायिने, श्रीसूर्यनारायणायनमः एषतेऽर्घः। પછી नमो भगवते वासुदेवाय।

એ મંત્ર ભણી પોતાની ચારે બાજુ જલ ફેરવવું. પછી ચંદન પુષ્પ બેઉ હાથમાં લઇ હાથ ઉંચા કરી સૂર્યોપસ્થાન કરવું

मंत्रः--नमोऽस्त्वनंतायसहस्रमूर्तये सहस्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे।
सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटि युगधारिणेनमः॥

એ મંત્રથી પુષ્પ વધાવી દેવું. પછી ગુરૂ મંત્રથી અથવા દ્વાદશ અક્ષરમંત્રથી એક, પાંચ, કે દશ માળા ફેરવવી. પછી સંકલ્પ નીચે પ્રમાણે કરવોઃ—

अनेन यथाशक्ति जपपूर्वक प्रातःसध्यारंव्येनकर्मणा
श्री परमेश्वरः प्रीयतां नमम ।

विष्णवे नमो विष्णवे नमो विष्णवे नमः ॥

એ પ્રમાણે બને તેા મધ્યાન્હ સંધ્યા કરવી. મધ્યાન્હ સંધ્યામાં એક અર્ઘ આપવેા તથા પ્રાતઃસંધ્યાને બદલે મધ્યન્હ સંધ્યા નામ ફેરવવું તીલક છાપા કરી પછી દેવપૂજા જે આપણે ઇષ્ટસ્વરૂપ હેાય તેની અથવા છબીની કે દીવાની કરવી. તે ગુરૂમંત્રથી આવાહન, આસન, પાદ્ય, અર્ધ્ય, આચમન, સ્નાન, યજ્ઞેાપવિત વસ્ત્ર, ચંદન, પુષ્પ, ધુપ, દીપ, નૈવેદ્ય, આર્તી, અને પુષ્પાંજલીથી પ્રાર્થના વગેરે કરવી એ પુજાનેા વિધિ છે; અને સેવાનેા વિધિ તેા મહા કઠણ છે, પણ યથાશકિત કરવી જોઇએ. શ્રી ઠાકેારજી પધરાવવા માટે સુંદર ગાદી તકીયા કરાવવા, ઉપર સુંદર રેશમી કીનેરીદાર બિછાનું બિછાવવું. શ્રી ઠાકેારજીને ભાતભાતના મનગમતા વાઘા અલંકાર રૂતુઅનુસાર ધરાવવા. જો સ્વરૂપ (મૂર્તિ) હેાય તેા સ્નાન કરાવવું અને છબીજી હેાય તેા સ્વચ્છ ધેાયલા કકડાથી લુછીને પછી વાઘા અલંકાર ધરાવવા, તિલક કરવું, તથા પુષ્પની માલા ધરાવવા ધુપ, દીપ, ઠાકેારજીથી છેટા મૂકવા, ભેાગ ધરાવવેા, તથા જલની ઝારી શુદ્ધ ભરી, તાંબુલબીડી ધરાવી, પછી આરતી કરી, પ્રાર્થના કરવી. પછી શ્રી ઠાકુરજીનું ધ્યાન હૃદયકમલમાં કરવું.

તે એવી રીતે કે હૃદયમાં કમલનું ધ્યાન કરવું અને તે મધ્ય સુર્ય, ચંદ્ર, અગ્નિની ધારણા કરો અગ્નિના તેજમાં ઇષ્ટ મુર્તિનું ધ્યાન કરવું અને તેની માનસીક સેવા કરવી. જેમ જેમ માનસીક સેવા વધતી જાય તેમ તેમ સંસારની વાસ-નાઓ ક્ષિણ થતી જાય છે અને તે વાશના ક્ષય થવાથીજ અક્ષય ધામની પ્રાપ્તિ થાય છે.

પછી ભાગવત, ગિતા, કે સ્તોત્ર પાઠ કરી સેવા સમાપ્તિ કરવી. અને વેહેપાર રોજગાર કામકાજે જવું. પણ હરતા ફરતાં કામકાજ કરતાં પ્રભુનું સ્મરણભૂલવું નહીં इतिप्रात:कृत्य॥

अथभोजनविधीः

બને તેા સ્નાન કરીને નહીં તેા હાથપગ ધેાઈ કેાગળા કરી શુદ્ધ વસ્ત્ર બદલીને જમવા બેસવું. જમતી વખતે પીરસાઇ રહ્યા પછી જમણાહાથમાં જલ લઇ ત્રણવાર ગુરૂમંત્ર ભણી થાળ ઉપર છાંટવું. થાળમાં તુળશીપત્ર પધરાવવું. તથા થાળ નીચે પાણીનું ચેાખંડુ વેંતનું મંડલ કરવું તેની ઉપર થાલ પધરાવવી શ્રી ઠાકેારજીને ભેાગ ધરાવવેા. પછી થાલની પાછળ જળનું કુંડાળું કરી જમણા હાથ ભણી, ભાતની ત્રણ બેાર જેવડી ઢગલી નીચેના મંત્રેા ભણી મુકવા.

भूपतयेनमः भूवनपतयेनमः भूतानांपतयेनमः

પછી જમણા હાથમાં આચમન લઇ

अन्न ब्रह्मरसोविष्णु र्भोक्तादेवो महेश्वरः ।

एवंध्यात्वा द्विजोभुंक्ते सोऽन्नदोषैर्न लिप्यते,

એ મંત્ર ભણી આચમન લેવું. પછી ઘીવાળા ભાતના પાંચ ગ્રાસ બેાર જેવડા નીચેનેા એકેક મંત્ર ભણીને લેવા,

प्राणायनमः १ अपानायनमः २ व्यानायनमः समानायनमः ५ उदानायनमः ५

એ આસેાદાંતે ચાવ્યા વિના માત્ર જીભ વડેજ ગળી જવા, ને તે પછી ડાબા હાથવડે બે આંખેાએ જલનેા સ્પર્શ કરી ઇચ્છા પ્રમાણે ભેાજન કરવું ભેાજન કરતાં કેાઇને અડકવું નહી. કેાઇનું ઉચ્છીષ્ટ જમવું નહીં કેાઇનું પીધેલું પાણી પીવું નહીં, તેમ પેાતે પણ લેાટેા ને જામ બે રાખવાં જામ વડેજ પાણી પીવું. એટલે બધું જલ ઉચ્છીષ્ટ થાય નહીં. પછી જમી રહી આચમન લઇને ઉઠવું જમતાં જમતાં નિષિદ્ધ શબ્દેા બેાલવા નહીં; અને મુનીવૃત્તે જમવું એ વધારે ઉત્તમ છે. પછી બહાર જઇ હાથ તથા મુખ શુદ્ધ કરી બાર કેાગળા કરી પાન સેાપારી ખાવું પછીજ વસ્ત્ર બદલવાં.

इति भोजनविधिः

॥ अथ सायंकाळविधि ॥

સાયંકાળે દીવાના દર્શન કરી સ્તુતિ કરવી

दीपोज्योतिः परब्रह्म दीपोज्योतिर्जनार्दनः ।
दीपोहरतुमे पापं संध्यादीप नमोस्तुते ॥
शुभंकरोतु कल्याण मारोग्यं सुखसंपदं ।
शत्रुबुद्धि विनाशंच दीपज्योति र्नमोस्तुते ॥

પછી પાસે બેઠેલા હરિજન વૈષ્ણવોને જયશ્રીકૃષ્ણ કરવા. સાયંકાળે બને તો સ્નાન કરી નહીં તો હાથ પગ ધોઇ કોગળા કરી સાયાન્હ સંધ્યાજ ફક્ત કરવી. તેમાં સુર્યને ત્રણ અર્ઘ આપવા અને એક માળા ફેરવવી ફક્ત પ્રાત: સંધ્યા પછી મધ્યાન્હ સંધ્યા અને સાંજે સાયાન્હ સંધ્યાઃ એવું નામજ ફેરવવાનું છે પછી વાળુ કરી સમાગમ થતો હોય તો કરવો અને નહીં તો ઘેર બેસી કલાક ભાગવત વિગેરેનું વાંચન કરી દશ વાગ્યાની અંદર સુઇ જવું, શયન કરતી વખત પથારીમાં બેશી

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे। हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ॥

એ મંત્ર દશવાર ભણી શુદ્ધ આત્મ વિચાર કરતાં ઇશ્વર સ્મરણ કરતાં નીંદ્રાવશ થવું.

इतिश्रीशुकदेवोक्त संक्षिप्त सर्वधर्मसामान्यनित्यकर्म समाप्तं ॥